

Seminarreihe Existenzanalyse

Seminarkonzept:

1. Emotionen verstehen

2. Das Wesentliche erkennen

3. Authentisch handeln



In diesem Seminar möchten wir uns anhand praktischer Übungen und des theoretischen Konzeptes der Phänomenologie, die besonderen Vorgänge menschlicher Wahrnehmung anschauen. Darauf aufbauend wollen wir gemeinsam mit Ihnen die menschlichen Wahrnehmungsmuster erforschen und deren Auswirkungen auf Kommunikations- und Kooperationsprozesse und deren Gestaltung in den Blick nehmen.

Das Seminar bietet damit einen Ort, sich mit den eigenen Vorannahmen, Vorurteilen und Wahrnehmungsmustern auseinander zu setzen. Nur wer seine eigenen Muster kennt, sieht das Wesentliche einer Situation und kann seine Kollegen und Kooperationspartner besser einschätzen. Eine geschulte Wahrnehmung ist damit die Grundlage für gelingende Kooperation und Basis für authentische und erfüllende Begegnungen mit sich und anderen.

Idee

Die Teilnehmer üben den offenen Blick auf die Welt und das Gegenüber und erkennen ihre Möglichkeiten und Begrenzungen.

Die Teilnehmer erfahren und reflektieren menschliche Wahrnehmungsmuster und deren Vorgänge.

Die Teilnehmer lernen theoretische Grundlagen der Phänomenologie kennen.

Die Teilnehmer ergänzen ihre bisherigen Erfahrung – Reflexion von Emotionen – um die Phänomenologie als Haltung der Wahrnehmung und erreichen dadurch ein tieferes Verständnis ihrer Selbst und ihrer Umwelt.

Ziele

Das Seminar ist geprägt vom Wechsel zwischen kognitivem Verstehen und nachvollziehendem Erleben. Wir arbeiten dazu einerseits mit Begriffen und Modellen, die komplexe Zusammenhänge anschaulich vereinfachen. Andererseits versuchen wir immer wieder, die Teilnehmer in ein unmittelbares Erleben der bearbeiteten Inhalte zu führen.

Zur Vertiefung des Erlebens nutzen wir die unmittelbare Begegnung, das Nachfragen und Präzisieren des Gesagten, so dass jeder Teilnehmer die abstrakten Inhalte mit eigenen Erfahrungen im Seminar oder im Alltag verknüpfen kann.

Das Seminar richtet sich damit an einem Grundprinzip der Existenzanalyse aus: Es geht uns weniger um das abstrakt Richtige an sich. Wir möchten das konkret Richtige für jeden Teilnehmer aufspüren und zur Geltung bringen.

Gestaltung
